SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Nr. 26 Poniedziałek, d. 6 lipca 1931. Rok V.

Kolonje letnie.

Cel. — Wskazówki organizacyjne.

Omawiając czynności wychowawcy powiedziałem między innemi, że praca jego przynieść może dobre wyniki, gdy ten włoży w nią dużo serca i dobrej woli. Zadaniem wychowawcy jest stworzyć dla młodzieży atmosferę rodzinną — a nie surowy rygor wojskowy. Lecz i tę, pełną swobody, wesołości i zabawy atmosferę rodzinną życia zbiorowego młodzieży należy ująć w pewien regulamin, któryby utrzymał uczestników w karności, posłuszeństwie i porządku. Wszak celem kolonji jest nie tylko polepszenie zdrowia fizycznego młodzieży, ale dobrze prowadzona kolonja daje dużo momentów wychowawczych.

Regulamin kolonji, który mam zamiar w ogólnych zarysach omówić należy dostosować przedewszystkiem do wieku i charakteru uczestników kolonji oraz do warunków, w jakich kolonja przebywa.

W każdym razie regulaminem należy zobowiązać uczestników kolonji do posłuszeństwa wobec kierownictwa i swoich wychowawców. Poza tem wiemy o tem dobrze, że przyzwyczajenie młodzieży do punktualności jest jednym z poważnych środków wychowawczych. I dlatego każdy taki regulamin musi zawierać odpowiednio zredagowany paragraf, któryby zobowiązał młodzież do przestrzegania punktualności przy spełnianiu wszystkich czynności, objętych porządkiem dziennym kolonji.

Wiemy o tem z praktyki, że młodzież żyjąca życiem gromadnem, wolna i swobodna w okresie wakacyj zapomina bardzo często o regulaminie szkolnym. I dlatego baczne oko i czujne ucho wychowawcy widzi i słyszy wszystko, odpowiednio normuje wybujałość objawiającą się w słowach i czynach. Ten punkt regulaminu uważać należy jako konieczny zwłaszcza w kolonjach dla młodzieży dorastającej.

W regulaminie dla męskiej młodzieży dorastającej (np. dla uczniów szkół średnich) winna być wyraźnie ujęta kwestja zakazu palenia papierosów. Czy uczestnicy kolonji mając swobodę — o czem była mowa wyżej — mogą opuszczać na własną rękę teren kolonji? Kwestja, godna zastanowienia się. Oczywiście, że w kolonjach dla malców ta sprawa nie budzi żadnych wątpliwości. Dziecko nie może opuścić wyznaczonego miejsca do zabaw i wogóle terenu kolonji bez opieki wychowawcy ani na krok. Wychowawca musi wszędzie towarzyszyć dzieciom. Łagodniej może być ujęty ten punkt regulaminu w kolonjach dla młodzieży starszej. Tu można dać młodzieży trochę więcej wolności, i pozwalać jej na opuszczanie terenu kolonji po każdorazowem zgłoszeniu się u wychowawcy, który może zezwolić lub nie na opuszczenie kolonji.

W regulaminie winien znaleźć miejsce i szczegół dotyczący spożywania posiłków. Nie ulega kwestji, że we wszystkich kolonjach bez względu na charakter (pewne zastrzeżenia pod tym względem może budzić kolonja lecznicza) spożywanie posiłków odbywa się przy wspólnym stole. Dlatego dobrze będzie, gdy w regulaminie znajdzie się tego rodzaju paragraf: „Dostęp do kuchni jest dozwolony tylko w godzinach przyjmowania posiłków pod opieką wychowawców". Można już zgóry oznaczyć w regulaminie porządek, czy kolejność zastępów, czy grup przy otrzymywaniu jedzenia, a nawet można zaznaczyć że np. dodatkowe porcje (zwane inaczej „repetą") można otrzymać w miarę zapasu jednak nie wcześniej, jak po rozdzieleniu danego posiłku, względnie jednej części posiłku.

W regulaminie winien być punkt, dotyczący przestrzegania czystości i porządku na kwaterze, wzgl. na terenie kolonji. Ład i porządek zewnętrzny na kwaterach czystość odzieży, pościeli itp. świadczy o dobrem prowadzeniu kolonji. Należy również w regulaminie wyraźnie zaznaczyć, że uczestnikom wolno jest wnosić prośby i żażalenia wychowawcom.

Na końcu regulaminu należy nadmienić, że wszelkie wykroczenia pociągną za sobą stosowne kary — nawet nie wyłączając wydalenia za przewinienia większej wagi.

W kolonji należy czas odpowiednio rozłożyć w ten sposób, by nie tylko młodzież, ale i cały personel kolonji wiedział co ma w danej chwili robić. Bez podziału dnia, względnie bez ustalenia godzin na spożywanie posiłków, na rozrywki, gry, sporty itp. z kolonji wytworzyć się może luźna gromada, podobna do stada błędnych owiec.

Spróbuję naszkicować program dzienny kolonji nie wdając się w bliższe szczegóły poprostu dlatego, że każdy typ kolonji wymaga innego porządku dziennego.

Dla przykładu weźmy pod uwagę program dzienny kolonji, przebywającej gdzieś nad morzem.

We wszystkich kolonjach młodzież wstaje o godzinie siódmej. Wcześniejsza, względnie późniejsza pobudka nie jest pożądana. W wyjątkowych wypadkach można w dni słotne pozwolić na dłuższe spanie. Na sygnał, dany przez dyżurnego wychowawcę młodzież wstaje i zbiera się w miejscu codziennych zbiórek przed gimnastyką poranną. Gimnastyka poranna, dostosowana do wieku, płci, rozwoju fizycznego młodzieży oraz do warunków miejscowych, nie może trwać dłużej jak pół godziny. Nie potrzebuję dodawać, że prowadzenie gimnastyki należy powierzyć fachowcowi, który podzieli młodzież na grupy itp., tak, żeby korzyści z tego półgodzinnego ruchu fizycznego nie budziły żadnych wątpliwości. Po gimnastyce należy przeznaczyć przynajmniej 15 minut na mycie się.

Najpraktyczniej zrobi wychowawca kolonji nadmorskiej, jeżeli zaprowadzi młodzież codziennie do morza. Na dany sygnał młodzież gromadzi się na wspólną modlitwę z udziałem wszystkich wychowawców. Po modlitwie, a więc o godzinie 8 min. 30 następuje śniadanie. Śniadanie rozdziela się grupami, jeżeli jest mało miejsca. Dobrze jest, gdy cała grupa, czy też cały zastęp ma swój stół, przy którym zasiada w ustalonym porządku. Jest to ułatwienie dla wychowawcy, który mając do pomocy dyżurnego dla każdego stołu, wzgl. zgóry wyznaczonego drużynowego, czy też zastępowego może bez żadnych trudności szybko i sprawnie uporać się z rozdzielaniem posiłku. Zaraz po śniadaniu następuje porządkowanie kwater, a następnie udanie się na plażę (w kolonjach nad morzem) do lasu lub na wycieczkę. Przynajmniej na pół godziny przed obiadem, a więc o godzinie 12 minut 30 następuje powrót na kwatery. Po krótkim odpoczynku, i po umyciu się następuje obiad, zazwyczaj o godzinie 1-ej. Nawiasem dodam, że kierownik kolonji winien dołożyć starań, by obiad i wogóle wszystkie posiłki spożywano na wolnem powietrzu. Po obiedzie dzieci muszą odpocząć przynajmniej dwie godziny, tj. do godziny trzeciej. Należy tak dzieci przyzwyczajać, by przerwę obiadową spędzały spokojnie bez rozmów, w miarę możności w pozycji leżącej, na łóżkach. Część dzieci odpoczywa, a część zasypia. Po przerwie obiadowej dzieci bawią się, piszą listy i czytają aż do godziny czwartej. O godzinie czwartej następuje podwieczorek, poczem w dalszym ciągu gry, zabawy, sporty, ewentl. plaża aż do godziny 7-ej. O godzinie 7-ej wieczorem następuje wieczerza, a po wieczerzy śpiewy, pogadanki, gry towarzyskie i inne rozrywki.

Przed udaniem się na spoczynek dzieci płóczą usta i myją się, a po wspólnej modlitwie udają się na spoczynek, nie później jak o godzinie 9-ej.

Na tem zakończę omówienie wskazówek organizacyjnych, dotyczących prowadzenia kolonij letnich. Drobiazgów nie poruszałem, ponieważ uważałem, że każdy organizator kolonji musi je traktować indywidualnie.

J. Flisak.

Z Torunia.

Motocyklowy zjazd gwiaździsty do grodu Kopernika odbył się po raz pierwszy w Toruniu. Zjazd, który wypadł b. dobrze, organizował Toruński Klub Motocyklowy. Licznie zebrana publiczność na mecie (Rynek Staromiejski) z zaciekawieniem oglądała przybywających z różnych stron Polski motocyklistów. Na zgłoszonych 34 uczestników przybyło do Torunia 32. Kierownictwo zjazdu spoczywało w rękach prezesa Klubu p. A. Hozakowskiego. Komisję sportową tworzyli p. radca Katafias, kpt. sportowy p. Lewandowski, sekretarz p. Kośmierski, ławnik por. Szpinetter i nadkomisarz Kaczorowski.

Przybywający do Torunia uczestnicy podzieleni zostali na 4 kategorje: 1) maszyny solowe, A do 350 cm., B ponad 350 cm i 2) maszyny z przyczepkami C do 600 cm. i D ponad 600 cm. Nagrody zdobyli (dobrze dobrane) uczestnicy, którzy przejechali największą ilość kilometrów, po dwóch z każdej kategorji. Wszyscy uczestnicy, bez wyjątku, otrzymali pamiątkowe plakietki, gustowne i dobrze wykonane, na których był przedstawiony Kopernik na tle ratusza napis Klubu i zjazdu i data.

Kategorja A nagrodę 1-ą otrzymał Władysław Pianowski, KS. Gedania, Gdańsk, drugą Krajewski, Łódzki K. M., Łódź.

Kategorja B nagrodę pierwszą — Tadeusz Kozakowski, Polski K. M. Warszawa, drugą Andrzej Krzyżanowski, Krak. K. M. Kraków.

Kategorja C nagroda 1-a — Stefan Pierkielow, Bielsko-Bialski K. M., Bielsk Cieszyński, drugą Edward Zych, Klub j. w.

Kategorja D nagroda pierwsza — Jędrzej Krause, K. M. Gryf, Siedlce, drugą Eug. Strohbach, Łódzki K. M., Łódź.

Za najlepszy wyczyn dnia otrzymał nagrodę inż. L. Barliński, za przebycie w przepisowym czasie, na maszynie 250 cm Ariel, trasy z Ostrowca n. Kamienną do Torunia 350 klm.

Nagrodę dla zespołu otrzymał Klub Sportowy Gedania z Gdańska za przebycie łącznie przez wszystkich uczestników 1865 km. Na specjalne wyróżnienie zasługują jeszcze uczestnicy zjazdu Pierkielow i Zych z Bielska, którzy na dwóch maszynach przebyli w 24 godzinach razem 1164 km. 32 uczestników przebyło razem 7883 km.

Kwatery dla uczestników ofiarowało Towarzystwo Krajoznawcze w Toruniu. — Gości oprowadzał po Toruniu i udzielał informacyj maj. Leśniewski, członek Tow. Kraj.

Na zjeździe obecny był w zastępstwie dowódcy OK VIII płk. Kończakowski.

Mistrzostwo kl. A. Zawody w piłkę nożną o mistrzostwo kl. A odbyły się na boisku miejskiem między drużynami Polonją z Bdygoszczy, która wystąpiła w składzie: Buczkowski, ,Schneider, Szulc Szczepański, Stok, Laban, Konczal, Kuźnikowski, Kimel, Lubawy, Szmidt, a miejscową drużyną TKS 29 w składzie: Wiśniewski, Afeldt, Woliński, Muszytowski, Glich, Arendt, Vetter II, Katlewski, Spychalski, Wiśniewski II, „Rysiek". Zwyciężyła drużyna gości w stosunku 2:0 (0:0). — Gra stała na niskim poziomie, drużyna gości lepiej zgrana i miała najlepsze trio obronne.

Atak słaby, lecz o wiele lepszy od miejscowego, który w sytuacjach podbramkowych zupełnie tracił głowę, dozwalając graczom przeciwnej dryżyny odbierać sobie piłkę. Najlepsza u miejscowych może była obrona. Drugą bramkę zawinił bramkarz, który mając piłkę w rękach, wyrzuca ją zamiast na środek do własnej bramki. Wogóle wszystkie drużyny Pom. ZOPN. stoją najniżej ze wszystkich drużyn PZPN. w odpowiedniej klasie. Winę ponoszą nie gracze, którzy grają jak mogą i jak potrafią, lecz kierownictwa sekcyj piłkarskich, które myślą jedynie o tem, jakby ustawić drużynę, lecz za mało o tem, jak ta drużyna będzie grała i jak ona jest wytrenowana pod każdym względem: technicznym, taktycznym i orjentacyjnym, bez tych koniecznych danych żadna drużyna, którejby gracze dokładali wszelkich starań i włożyli całą ambicję, nie zwycięży nigdy drużyny posiadającej powyższe walory. — Więc nie należy winić za przegraną samych graczy, lecz te osoby, które dla własnego widzimisię lub tytułu ,ściągają graczy i tworzą drużynę, dając im ubrania i piłkę a o resztę nie dbają.

Zawody pływackie odbyły się w pływalni garnizonowej, która zaczyna być modną w Toruniu, nie tylko pływalnią, ale i plażą, gdyż coraz więcej ściąga publiczności, która po mozolnych trudach całodziennych chce odetchnąć świeżem powietrzem i wszelkie swoje dolegliwości uleczyć zbawczemi promieniami słonecznemi. Zawody urządziła Szkoła Podchorążych Piechoty Ostrów — Komorowo, która, znajduje się na przeszkoleniu w Toruniu. Zawody odbywały się tylko stylem dowolnym; 50 m. — Chyliński III komp. 36,8. 100 m. — Chyliński 1.33.6, sztafeta 5×50 III komp. 3 m. 38.4.

Kronika sportowa.

Lekkoatletyka.

Nowy rekord światowy na 1500 mtr. Na wczorajszych zawodach lekkoatletycznych w Helsingforsie słynny biegacz fiński, Purje, ustanowił nowy rekord światowy w biegu na 1500 mtr., osiągając czas 3 m. 34,4 sek.

Nowy rekord światowy na 2000 mtr. Znany lekkoatleta francuski, mistrz świata Ladoumegue, ustanowił nowy rekord światowy w biegu na 2000 mtr., mając czas 5:21,8 sek.

Dawny rekord na tym dystansie należał do Finna Purje i wynosił 5:23,4 sek.

Znakomite wyniki japońskich lekkoatletów. Znakomite wyniki osiągnęli ostatnio japońscy lekkoatleci — akademicy na zawodach w Tokjo.

Na wymienienie zasługują: Yoshioka przebiegł 100 mtr. w czasie w 10,5 sek., a 200 mtr. — 21,3 sek. Nakajima miał na 400 mtr. — 49,6 sek. Kawagishi osiągnął w skoku wdal 722 cmt., a Oshima — 721 cmt. W skoku wzwyż — Kimura miał 190 cmt., a w skoku o tyczce — Nishida 4 mtr. W trójskoku — Oshima 15,23 mtr. W oszczepie — Sumiyoshi 62,73 mtr. W dysku — Itabashi 44,54 mtr.

Mecze lekkoatletyczne Śląska niemieckiego i polskiego. W Raciborzu na Śląsku niemieckim odbył się mecz lekkoatletyczny pomiędzy reprezentacjami kobiecemi obu Śląsków. Zwyciężyła reprezentacja Polska 53:41. W czasie zawodów Wasilewska (Pogoń, Katowice) ustanowiła nowy rekord śląski w dysku wynikiem 32,43.

W Królewskiej Hucie rozegrany został mecz lekkoatletyczny panów. Zwyciężyła reprezentacja Śląska niemieckiego 70:67.

Na zawodach osiągnięto szereg doskonałych wyników. Między innemi pobite zostały 3 rekordy Śląska polskiego i 1 Śląska niemieckiego.

16 na 14 i 7 rekordów. Reprezentacja lekkoatletyczna Aten, którą w rzeczywistości można uważać za reprezentację państwową, odniosła piękny sukces w zawodach międzymiastowych Lozanna — Ateny, zdobywając w 16 konkurencjach aż 14 pierwszych miejsc. W czasie zawodów ustanowiono 7 nowych greckich rekordów. M. in. osiągnięto w biegu na 100 mtr. 10,9 w biegu na 110 mtr. przez płotki 15,6, na 400 mtr. płotki 51,8. W sztafetach 4×100 i 4×400 uzyskano wyniki 42,9 i 3:29. W ogólnej punktacji zwyciężyły Ateny 90 i pół pkt. : 67 i pół pkt.

Sukces naszych lekkoatletów w Antwerpji. W Antwerpji rozegrane zostały wielkie międzynarodowe zawody lekkoatletyczne z udziałem najlepszych zawodników środkowej i zachodniej Europy.

W zawodach tych polska reprezentacja lekkoatletyczna osiągnęła wielki sukces, zajmując w ogólnej klasyfikacji drugie miejsce. Pierwsze miejsce zajęła silna reprezentacja Anglji, — sumując 38 punktów. Polska — 23 punkty. Dalsze miejsca zajęli kolejno: 3) Włosi, 4) Niemcy, 5) Holendrzy, 6) Francuzi.

W biegu na 5000 mtr. — zwyciężył Polak Kusociński w czasie 14:55,4 sek. W biegu na 1500 mtr. wygrał Cornes w czasie 4:01,2 sek. Drugim był Petkiewicz.

W biegu na 400 mtr. z płotkami Kostrzewski zajął drugie miejsce tuż za lordem Burghleyem (Anglja). Czas Anglika — 54,4 sek.

W sztafecie pierwsze miejsce zajęli Anglicy 3:33,6. Na drugiem miejscu sztafeta polska przed Włochami.

Piłka nożna.

Wspaniałe zwycięstwo Polski nad Łotwą 5:0 (4:0). W Rydze odbył się w niedzielę 5. 7. międzynarodowy mecz Polska—Łotwa. Reprezentacja Polski odniosła wspaniałe zwycięstwo bijąc swego przeciwnika w wysokim stosunku 5:0 (4:0). Jak wskazuje wynik przez cały czas zaznaczyła się miażdżąca przewaga drużyny polskiej, która górowała nad Łotyszami pod każdym względem. Zwłaszcza w pierwszej połowie Polacy nie schodzili z połowy boiska gospodarzy. Po zmianie pól, Polacy, mając zapewnione zwycięstwo, nie wysilali się zbytnio.

Kraków — Poznań 3:2. W niedzielę 5. 7. odbyły się w Poznaniu zawody piłki nożnej o puhar „Ilustracji Polskiej", zakończone zwycięstwem Krakowa 3:2 (0:0).

W pierwszej połowie gra pod znakiem lekkiej przewagi gospodarzy, którzy grali bardziej ambitnie, popełnili jednak szereg błędów taktycznych, atak ich był niezgrany. — Po przerwie inicjatywa przeszła do gości, którzy grali o wiele lepiej. — Sędziował p. Nawrocki. Publiczności — 1.500 osób.

Tennis.

Zawody tennisowe o mistrzostwo Poznania. W Poznaniu odbył się ogólnopolski turniej tennisowy o mistrzostwo Poznania. W finałowych rozgrywkach prawie wszystkie tytuły mistrzów zdobyli zawodnicy lwowscy, natomiast ani jeden poznaniak nie uzyskał pierwszego miejsca. Wyniki finałów:

W grze pojedyńczej panów Hebda (Lwów) pokonał Warmińskiego (Poznań) 6:3, 6:2, 6:2.

W grze pojedyńczej pań Poswetóltówna (Łódź) wygrała z Weleszczukową 6:1, 6:0.

W grze podwójnej panów para lwowska Hebda — Nawratil wygrała z parą poznańską Warmiński-Wodzicki 6:1, 6:2, 6:2.

W grze mieszanej para lwowska Weleszczukowa — Hebda pokonała parę Lipopówna (Warszawa) — Warmiński (Poznań) 6:1, 6:3.